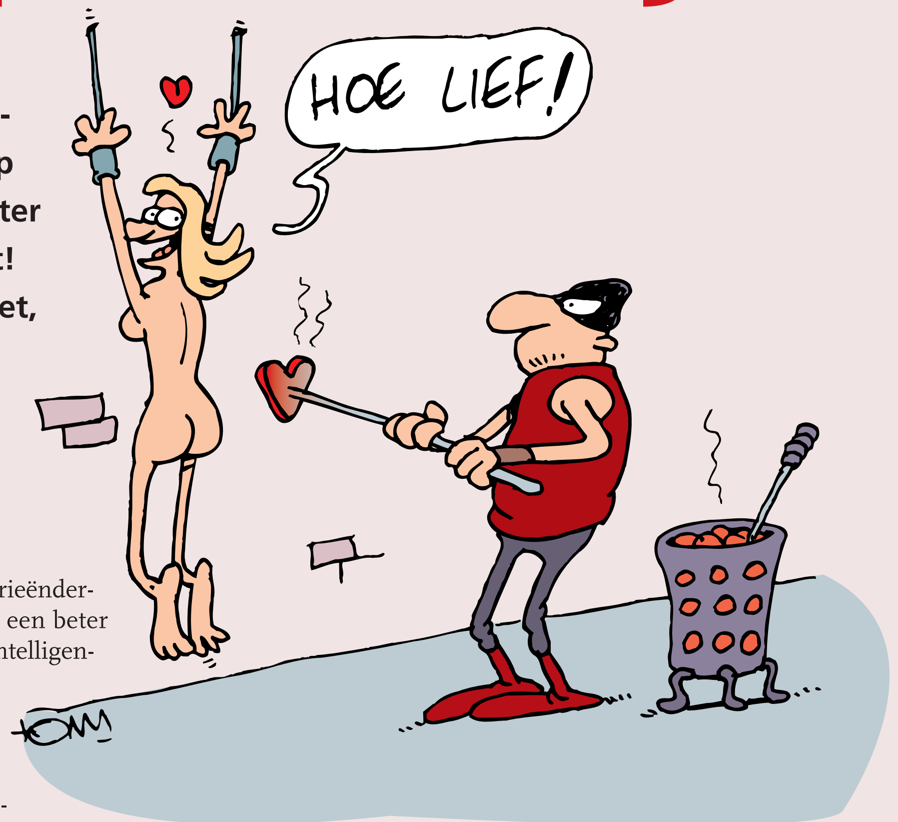
Test je persoonlijkhe

Ken jezelf! staat op een oude Griekse tempel gegrift... Wijze woorden voorwaar, want voor je je Cupido-pijlen op een ander hart richt, weet je maar beter eerst goed hoe je zelf in elkaar steekt! Maar zo simpel is dat allemaal nog niet, want naast je traditionele intelligentie (IQ) peil je maar beter meteen ook naar je emotionele en ecologische intelligentie.



Het moet erg gesteld zijn met het zelfvertrouwen van al die mooie Vlaamse blondjes, want als je afgaat op het aantal domme-blondjesmoppen dat de ronde doet, kan het niet anders of elke stoere bink laat ze parmantig links liggen... Nochtans zou je beter eerst eens naar je eigen IQ peilen, want misschien blijkt wel dat je jezelf nog gelukkig mag prijzen als je zo'n 'dom blondje' aan de haak kan slaan. En wie weet... zo'n intelligentietest is misschien tegelijk ook de beste manier om het zelfvertrouwen van alle onze blondjes weer stevig op te krikken...

Slim bekeken?

Wil je de IQ-test op het Alkmaarnet [**www.alkmaarnet.nl/iq**] uitproberen, dan dien je er wel zo'n twintig minuten voor uit te trekken. In vijf reeksen van samen exact drieëndertig vragen krijg je een beter idee van je eigen intelligentie. De vragen lijken zo uit de traditionele 'Test je eigen IQ'-boekjes te komen, genre: 'Vul de reeks aan (1, 3, 6, 10, ...)' en 'Welk symbool past in het lege hokje...' Het cijfer dat je na afloop van de test te zien krijgt, zou dan je IQ moeten voorstellen, en blijkbaar zijn internauten een tikkeltje slimmer dan de doorsnee mens: het gemiddelde resultaat op deze on-linetest bedraagt namelijk 116. Volgens deze test houdt dat resultaat het midden tussen het niveau van een middelbare en een hogere schoolopleiding. Wie echter denkt een IQ hoger dan 174 te bezitten, moeten we teleurstellen: dat is immers de maximale score van deze test! Kom je maar povertjes uit de test, niet getreurd: op de site van Lunenborg [**home. wanadoo.nl/lunenborg**] krijg je meteen een aantal tips om je eigen IQ te verhogen. Deze webstek herbergt overigens zelf ook een indrukwekkende reeks uiteenlopende tests om beter zicht te krijgen op je eigen intelligentie. Dat gaat van visuele (figuren en reeksen combineren) over verbale (anagrammen, droedels en aanverwanten) en numerieke intelligentie tot het logisch kunnen redeneren. Ben je zinnens al deze tests te doorlopen, dan mag je gerust een paar uurtjes uittrekken... Geraak je echter niet uitgekeken op al dit logisch puzzelwerk, dan hebben we nog een achttiental-tal leuke denkvragen voor jou in petto [**www.start.nl/cgi-bin/logischdenkentest.pl**] die naar je logisch en abstract denkvermogen peilen. De meeste vragen zijn een verkapte vorm van syllogismen, die je op hun correctheidsgehalte dient te toetsen (genre: Alle kinderen zijn mensen, alle ouders zijn kinderen geweest, dus: alle ouders zijn mensen geweest).



Op je gezondheid!

Je hart slaat tilt, je hoofd tolt, en je buik doet raar... Geen paniek, misschien ben je alleen maar verliefd! Maar het kan natuurlijk nooit kwaad eens na te gaan hoe (on)gezond je eigenlijk leeft. Potentiële partners vallen namelijk voor een gezonde geest in een gezond lijf. Op het virtuele gezondheidsplein [**www.gezondheidsplein.nl**] vind je alvast een hele rist tests die je gezondheid op verschillende vlakken aftasten. Als je het webadres kan onthouden, kan je er bijvoorbeeld terecht voor de test 'Word ik vergeetachtig', maar je komt hier net zo goed aan je trekken voor een zelftest 'Erectiestoornissen' en 'Rook ik te veel'. Verstokte rokers doen maar meteen beter de overstap naar Medisch Net [**medischnet.nl/rooktest**], waar ze hun rookgedrag een stuk grondiger kunnen analyseren. Bourgondische types dan weer doen er goed aan de 'Alcohol'-test (blazen hoeft hier niet, en al evenmin op de webstek van Geniet, Maar Drink Met Mate [**www.genietmaardrinkmetmate.nl/formulier.php**]) en de test 'Hoe gezond eet ik?' even te doorlopen. Heel even eigenlijk, want haast alle tests beperken zich tot een dozijn of wat



id on line

vraagjes, die je gewoonlijk met ja of neen moet beantwoorden. Je kan dan onmiddellijk je scores opvragen, maar het begeleidende advies beperkt zich veiligheidshalve meestal tot uitspraken als 'als je drie of meer vragen met ja hebt geantwoord, neem dan eens contact op met…'.

Op het gevoel af

Wie dacht dat verstand en gevoel elkaars tegenpolen waren, heeft zeker moeite met het begrip 'emotionele intelligentie' (EQ). Nochtans is dat begrip intussen uitgegroeid tot een ware hype, en kan je zelfs in een plompverloren hoekje van je stamcafé achteloos horen vragen "een relatie, goed maar… hoe zit het eigenlijk met je EQ?".

Recent hersenonderzoek zou immers hebben uitgewezen dat niet het traditionele IQ, maar wel de manier waarop je met je eigen emoties weet om te gaan (het EQ dus) de ware maatstaf van de menselijke intelligentie is. Voor je je Cupido-pijlen verschiet, ga je dus maar beter eerst even na of je met een voldoende hoog EQ voor de dag kan komen. Dat kan heel snel op de webstek van Van Osch [**www.van-osch.com/lipoweb/noleman.htm**]: je hoeft hier maar tien vraagjes te doorlopen en even later krijg je al de eindscore op je bord (wij kwamen uit op een EQ van 65, maar dat deed ons niks…). Pak je zo'n test toch maar liever meer gestructureerd aan, dan kan je terecht op de site van Vitae [**www.vitae.nl/test/Persoon.asp**]. Hier dien je dertig vragen in te vullen, waarna je een beter idee krijgt van je emotionele persoonlijkheid. Die krijg je dan uitgetekend op vijf schalen, samen met een begeleidend woordje: extraversie, vriendelijkheid, consciëntieusheid, emotionele stabiliteit en openheid voor ervaringen. Nog meer vragen krijg je op de Loco Motiva-site voorgeschoteld [**www.locomotiva.nl/enneatest.html**]. Hier werken ze met het zogenaamde enneagram: een ervaringsleer die maar liefst negen verschillende persoonlijkheidstypes onderkent, waarbij elk type zijn eigen wijze van omgaan met gebeurtenissen vertoont. Dankzij zo'n enneagram kom je dus iets te weten over je sterke en zwakke punten, je drijfveren en valkuilen. De test op deze site bestaat uit 45 vragen, waaruit je telkens de meest passende van twee mogelijkheden kiest. Wil je het resultaat – uitgetekend in een grafiek én met wat extra toelichting – bekijken, dan dien je wel eerst je e-mailadres op te geven. Even later valt het antwoord dan in je postbus.



Jij… en de anderen

Om succes te hebben bij het andere geslacht, mag je bepaald ook geen doetje wezen. Zacht waar het kan, hard als het moet… Kortom, je moet prima kunnen inspelen op je onmiddellijke omgeving, en die kwaliteit krijgt het label 'ecologische intelligentie' mee: het vermogen dus om je te redden in het dagelijkse leven…

Een test die bijvoorbeeld peilt hoe goed je kan omgaan met allerlei tegenslagen, vind je opnieuw op de site van het Gezondheidsplein [**www.gezondheidsplein.nl**]. Maar is het je specifiek te doen om je stressbestendigheid te testen, dan klop je beter aan bij Good-Feeling [**www.goodfeeling.nl**]. Je treft hier trouwens ook nog een paar persoonlijkheidstests en een EQ-test aan. Bij elke vragenrubriek hoort telkens een eindscore, en op grond daarvan krijg je dan een heel beperkte analyse en advies. Hoe je precies communiceert met je partner (en met anderen), maakt natuurlijk ook een belangrijk deel uit van je ecologische intelligentie. Op de Vitae-site [**www.vitae.nl/testComm.asp**] maken ze alvast een onderscheid tussen vier communicatiestijlen: pragmatisch, analytisch, sociaal en creatief. Hoe goed je hierop boert, kan je hier uitvissen na het invullen van een on-lineformulier met een dertigtal vragen.

Wie dacht dat een Valentijns avontuurtje nauwelijks meer voeten in de aarde had dan wat extra aftershave of een sensueel snuifje Patchoelie, loopt zó tegen een blauwtje aan. Blijf op Valentijnsavond maar liever thuis en verdiep je eerst in eigen lijf, IQ en EQ's!

— Anton Vaelemans —



Valentijnse Gift

[**www.gift.be**]



Wie wil zijn grote liefde nu niet met een leuk geschenkje verrassen? Speciaal voor de gelegenheid hult de cadeausite Gift zich in de kleuren van Valentijn. Voor een onvergetelijk liefdesfeest bieden ze bij Gift enkele gelegenheidsproducten. Jezelf en je lief kan je verwennen tijdens een verblijf in een centrum voor thalassotherapie. Om die droom nu eindelijk waar te maken, bestel je als de gesmeerde bliksem een geschenkbon bij de rubriek 'Ontspanning'. De smulgrage geliefden kunnen hun buikje tegoed doen aan één van de speciale themamanden. Het Sint-Valentijnassortiment bestaat uit rozen en chocoladebonbons of rozen, likeur en bonbons in een hartvormig doosje. Romantische zielen bestellen een picknickmand met zoetigheden en fruit voor een zalig onderonsje. Een perfecte locatie? Euh, daar zal je zelf voor moeten zorgen… Gift verzekert een levering binnen de 24 uur in heel België. De betalingen gebeuren met Visa, Mastercard of American Express. – CN